أسرار التمر في الكتاب والسنة

لحسن أيت امبارك - فاطمة حنان - عبد الله مرفوق

fatimahanane2005@yahoo.fr

مقدمة:

النخلة شجرة مباركة عظيمة النفع، ولا يوجد شيء من إنتاجها حتى أشواكها إلا وتستخدم، لذلك أستحقت الذكر في القرآن الكريم أكثر من عشرين مرة ،

كلمة " النخل":

قول الله تعالى: "و من النخل من طلعها قنوان ذانية "

سورة الأنعام ، آية 99.

و قوله تعالى: " قال ءامنتم له قبل أن ءادن لكم إنه لكبيركم الذي علمكم السحر فلأ قطعن أيديكم و أرجلكم من خلاف و لأصلبنكم في جذوع النخل ولتعلمن أينا أشد عذابا و أبقى."

سورة طه ، آية 71 .

و قول الله تعالى: "و هو الذي أنشأ جنات معروشات وغير معروشات و النخل و الزرع مختلفا أكله و الزيتون و الرمان متشابها وغير متشابه كلوا من ثمره إذا أثمر وءاتوا حقه يوم حصاده ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين ."

سورة الأنعام ، آية 141.

قول الله تعالى: "والنخل باسقات لها طلع نضيد."

سورة ق ، آية 10.

قول الله تعالى: "فيها فاكهة والنخل ذات الأكمام."

سورة الرحمن، آية 11 .

كلمة "نخل":

قوله تعالى: "تنزع الناس كأنهم أعجاز نخل منقعر"

سورة القمر ، آية 20 .

و قوله تعالى: "سخرها عليكم سبع ليال و ثمانية أيام حسوما فترى القوم فيها صرعى كأنهم أعجاز نخل خاوية."

سورة الحاقة ، آية 7.

و قوله تعالى: "فيهما فاكهة و نخل و رمان"

سورة الرحمن ، آية 68.

و قوله تعالى: "وزروع و نخل طلعها هضيم."

سورة الشعراء ، آية 148.

و قوله تعالى: "وآضرب لهم مثلا رجلين جعلنا لأحدهما جنتين من أعناب وحففناهما بنخل و جعلنا بينهما زرعا."

سورة الكهف ، آية 32.

و قوله تعالى: "و زيتونا و نخلا."

سورة عبس ، آية 29.

كلمة النخلة:

قوله تعالى: "فأجآءها المخاض إلى جذع النخلة قالت ياليتني مت قبل هذا و كنت نسيا منسيا."

سورة مريم ، آية 23.

و قوله تعالى: "وهزي إليك بجذع النخلة تساقط عليك رطبا جنيا."

سورة مريم ، آية 25.

كلمة نخيل (معرفة وغير معرفة):

كلمة " النخيل"

و قوله تعالى: "ينبت لكم به الزرع و الزيتون و النخيل و الأعناب و من كل الثمرات إن في ذلك لآية لقوم يتفكرون."

سورةالنحل، آية 11.

و قوله تعالى: "و من ثمرات النخيل و الأعناب تتخذون منه سكرا و رزقا حسنا إن في ذلك لآية لقوم يعقلون."

سورةالنحل، آية 67.

كلمة " نخيل":

قوله تعالى: "أيود أحدكم أن تكون له جنة من نخيل و أعناب تجري من تحتها الأنهار له فيها من كل الثمرات و أصابه الكبر وله ذرية ضعفاء فأصابها إعصار فيه نار فاحترقت كذلك يبين الله لكم الآيات لعلكم تتفكرون."

سورةالبقرة، آية 266.

و قوله تعالى: "أو تكون لك جنة من نخيل و عنب فتفجر الأنهار خلالها تفجيرا."

سورةالإسراء، آية 91.

و قوله تعالى: "فأنشأنا لكم به جنات من نخيل و أعناب لكم فيها فواكه كثيرة و

منها تأكلون."

سورةالمؤمنون، آية 19.

و قوله تعالى: "و جعلنا فيها جنات من نخيل و أعناب وفجرنا فيها من العيون."

سورة يس، آية 34.

و قوله تعالى: "و في الأرض قطع متجاورات و جنات من أعناب و زرع ونخيل صنوان و غير صنوان يسقى بماء واحد و نفضل بعضها على بعض في الأكل إن في ذلك لآيات لقوم يعقلون."

سورة الرعد، آية 4.

وفي السنة المطهرة كثيراً ما ذكرت:

عَنْ ابْنِ عُمَرَ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : ((إِنَّ مِنْ الشَّجَرِ شَجَرَةً لَا يَسْقُطُ وَرَقُهَا ، وَإِنَّهَا مَثَلُ الْمُسْلِمِ فَحَدِّثُونِي مَا هِيَ ؟ فَوَقَعَ النَّاسُ فِي شَجَرِ الْبَوَادِي ، قَالَ عَبْدُ اللَّهِ : وَوَقَعَ فِي نَفْسِي أَنَّهَا النَّخْلَةُ ، فَاسْتَحْيَيْتُ ، ثُمَّ قَالُوا : حَدِّثْنَا مَا هِيَ يَا رَسُولَ اللَّهِ ؟ قَالَ : هِيَ النَّخْلَةُ)) .

[البخاري ، مسلم ، الترمذي ، أحمد ، الدارمي]

تضم العائلة النخيلية أكثر من 200 جنس، وما يزيد على 4000 نوع من أشجار النخيل وشجيراته. و من نماذج هذه العائلة : نخيل جوز الهند، نخيل الزيت، نخيل الخيرزان، نخيل الأريكا ،أهمها على الإطلاق نخيل التمر واسمه العلمي(Phoenix dactylifera) وتمر ثمارها من المراحل التالية:

1. طور الحبابوك حيث يبلغ حجم الثمرة حجم حبة الحمص وتكون خضراء اللون ، كروية الشكل ، لها قمع ويستغرق هذا الطور من 5

إلى 6 أسابيع ويكون طعم الثمرة عادة مر .

2. طور البلح أو الجمري وفيه يزداد اخضرار لون الثمرة وتستطيل ويصبح حجمها مثل أبعاد الغنم ويكون طعم الثمرة قابض عادة .

3. طور البسر أو الخلال : حيث يحمر اللون قليلاً أو يصفر وتصبح الثمرة حلوة المذاق ويستغرق هذا الطور من 3 إلى 5 أسابيع (طور البلح الأحمر أوالأصفر).

4. طور الأسداء أو الرطب : حيث يرطب أحد شقي البسرة أو يرطب ذنبها ويقال إنها ذنبت وتسمى الواحدة تذنوبة وجمعها التذنوب ، وإذا بلغ الترطيب نصف البسرة قبل : قد نصف البسر وهو المجزع.

5. القابة : حيث تيبس الرطبة فتصبح بين الرطب والتمر فهي قابلة .

6. طور التمر : حيث يتماسك لحم الثمرة ويعتم لونها وتتجعد قشرتها.

وقد أعطى الرسول صلى الله عليه و سلم أهمية خاصة للتمر في غذاء المؤمن خصوصا في شهر رمضان. فكيف يمكن أن يكون التمر مفيدا للإنسان منذ وجوده جنينا في بطن أمه مرورا بجميع مراحل حياته وصولا إلى سن الشيخوخة على ضوء الآية القرآنية و الأحاديث النبوية وما توصل إليه البحث العلمي.

التمر قبل الولادة:

الآية القرآنية:

وهزي إليك بجدع النخلة تساقط عليك رطبا جنيا ."

مريم آية 25

الحقائق العلمية:

أثبتت الأبحاث العلمية أن التمرو الرطب يحتوي على:

السكريات:

يحتوي التمر على السكر الطبيعي و الذي هو سهل الهضم و سريع الإمتصا ص. كما أن استهلاك 50 غرام من التمر (6 إلى 8 ثمرات حسب الحجم) يعطي 150 كيلوكالوري (96 بالمائة مصدرها السكريات) وبهذا يمكن اعتبار التمر أحسن غذاء لعمل العضلات.

هاته الخاصيات تجعل من التمر مصدر جيد لعمل عضلة الرحم أثناء الولادة.

الألياف:

إستهلاك التمر يعطي أكثر من 7 غرام لكل 100غرام و أكثر ألياف التمر غير قابلة للذوبان في الماء insoluble و عبارة عن cellulose et hémicellulose و تناول المرأة أثناء الولادة للتمر يعتبر مصدرا حقيقيا للمواد الملينة (الألياف) التي تنظف الكلون و بالتالي تسهيل عملية الولادة.

مادة تشبه هرمون الأوكسيتوسين:

لقد اكتشف العلماء مادة في التمر تشبه هرمون الأوكسيتوسين ، وهو الهرمون الذي يفرز عادة من غدة تحت المهاد و يخزن في الفص الخلفي للغدة النخامية، و هو عبارة عن هرمون يتألف من تسعة أحماض أمينية، و قد وجد أنه عند المرأة و أثناء الحمل تقوم الأستروجينات بزيادة قدرة ما تحت المهاد على صنع هرمون الأوكسيتوسين ، كما تقوم بمضاعفة حجم الغدة النخامية، و زيادة قدرتها على تخزين هرمون الأوكسيتوسين ، كما أنها تزيد من المستقبلات التي تستقبل هرمون الأوكسيتوسين الموجودة في عضلة الرحم و في الخلايا العضلية الظهارية المحيطة بقنوات الحليب في الثدي.

و ما إن يبدأ المخاض حتى يفرز هرمون الأوكسيتوسين من مخازنه في الغدة

النخامية بكميات عالية، و يتحد مع مستقبلاته الموجودة في الرحم تماما كما يتحد المفتاح بقفله و يتطابق معه. فتبدأ التقلصات العضلية الإيقاعية المنتظمة بشكل تدريجي، و التي تؤدي إلى انمحاء عنق الرحم، و توسعه و من ثم حدوث عملية الولادة، و لا يقتصر دور هرمون الأوكسيتوسين على هذا الحد، بل إنه بعد زوال المشيمة من الرحم، فإنها تترك سطحا مليئا بالدم في جدار الرحم، لأنه يحتوي على أوعية دموية دقيقة صغيرة تبقي مفتوحة و نازفة، هذه الأوعية الدموية تكون متشابكة كالشبكة في الرحم، و ما إن يتابع هرمون الأوكسيتوسين تأثيره بعد الولادة، حتى يزداد انطمار الرحم ، و يزداد انقباض أليافه العضلية و المتشابكة مع بعضها مثل الشبكة، و تقلص هذه الألياف المتشابكة بهذا الشكل يؤدي إلى صغر فتحات هذه الشبكة و التي تحوي بين عيونها الأوعية الدموية الدقيقة النازفة ، الأمر الذي يؤدي إلى ضغط الألياف العضلية الملساء في جدار الرحم و المتشابكة على هذه الأوعية النازفة، مما يؤدي إلى إيقاف النزيف تدريجيا.

ولا يتوقف تأثير هرمون الأوكسيتوسين على ذلك، فالرحم الذي تمدد خلال تسعة شهور من الحمل ليستوعب ما مجموعه اثني عشر كيلو جرامًا من وزن الجنين والمشيمة والسوائل الملحقة بهما، يجب أن يعود إلى حجمه الطبيعي، ، ولا يكون ذلك إلا بانقباض ألياف الرحم التدريجي المتتالي تحت تأثير هرمون الأوكسيتوسين،

<u>المنغنزيوم:</u>

لقد عرف باسم المهدئ، فقد وجد أنه يعمل على تهدئة الجهاز العصبي و منع توتره وهياجه، كما أنه يؤثر على المفاصل و الأربطة ، حيث وجد أنه يزيد

من المرونة و الليونة و في كل من الأعصاب المحيطية ، و الأربطة و المفاصل، و الأوتار العضلية، والأنسجة المحيطية، كما أنه يؤثر على الغدد الصماء التي تفرز الهرمونات ، و ما لهذه الهرمونات من تأثير مهيمن مركزي ، ودور قيادي رائد في الجسم ، و على نفسية الإنسان. و لمعرفة مدى تأثير الهرمونات على نفسية الإنسان نذكر إضطراب نفسية المرأة و ما يعتريها من ضيق و هم و غم و اضطراب في نفسيتها عندما تكون في فترة الدورة الشهرية ، بسبب ما يعتري هذه الدورة الشهرية من إضطراب هرموني كبير.

كما أن عنصر المنغزيوم الموجود في التمر مفيد جدا لقيام الأعصاب بعملية إفراز النوافل العصبية عند نهاياتها ، و التي لها دور كبير أيضا في التأثير على نفسية الإنسان و من تم تحديد سلوكه، إذ تبث أنه يحدث اضطراب في هذه النوافل العصبية لدى المصابين بكافة أنواع الأمراض النفسية صغيرها و كبيرها، مما يوحي بدورها على نفسية الإنسان و سلوكه.

المنغزيوم مفيد أيضا للأغشية المخاطية و المصلية في الجسم. وسبب تسميته بالمهدئ لأن نقصه في الجسم يؤدي إلى زيادة عمل الجهاز العصبي بشكل متهيج، و إلى الأرق و صعوبة النوم، كما أنه يؤدي إلى ضعف شديد في الذاكرة، و النسيان المزمن ، و يؤدي نقصه أيضا إلى آلام في الأعصاب المحيطية و احتقان في الأعصاب ، و إلى مزاج عصبي حاد، وآلام مختلفة في الجسم ، إضافة إلى صداعات متكررة ، و تصلب في العضلات و الأوتار و الأربطة العضلية و المفصلية.

وإذا عرفنا الخواص الرائعة لهذا المهدئ العظيم، أدركنا الحالة التي تكون بها المرأة بعد الولادة من إنهاك للعضلات نتيجة كثرة الشد، وتوتر الأربطة

والمفاصل، إضافة إلى الضغط النفسي والعصبي والعقلي، والآلام العضلية والعصبية وما يتبع ذلك من تعرق وإجهاد عنيفين، فما أحوج الجسم في هذه اللحظات إلى عنصر عظيم مثل عنصر المنغزيوم ليقوم بإنهاء كافة هذه التوترات على مستوى كافة الأجهزة والغدد، ويا حبذا لو كان بكمية كبيرة، وبصورة سهلة الامتصاص جدًّا، وهي الصورة المثالية التي يوجد فيها في التمر.

.

من هنا تظهر أهمية التمرو الرطب كمادة غذائية لتسهيل الولادة ويتجلى الإعجاز العلمي في الآية القرآنية في إختيار ثمار النخيل و توقيته مع المخاض.

بعد الولادة:

الحديث الشريف :

في صحيح البخاري" في العقيقة باب تسمية المولود" حدثني إسحاق بن نصر : حدثنا أبو أسامة قال حدثني بريد عن أبي بردة عن أبي موسى رضي الله عنه قال : ولد لي غلام ، فأتيت به النبي صلى الله عليه و سلم فسماه إبراهيم فحنكه بتمرة ودعا له بالبركة و دفعه إلي وكان أكبر ولد أبي موسى.

وفي صحيح مسلم "في الآداب باب استحباب تحنيك المولود عند ولادته وحمله إلى صالح يحنكه" حدثنا أبو بكر بن أبي شيبة حدثنا عبد الله بن نمير حدثنا هشام يعني إبن عروة عن أبيه عن عائشة أن رسول الله صلى الله و سلم كان يؤتى بالصبيان فيبرك عليهم و يحنكهم.

<u>الحقائق العلمية :</u>

إن مستوى سكر الجلوكوز في دم الأطفال اليافعين والبالغين يتراوح ما بين 70و120ملليجرام لكل 100ملليلتر من الدم في حالة الصيام ويرتفع بعد الأكل "أو شرب مواد سكرية إلى أقل من 180ملليجرام خلال ساعة ثم يعود ليهبط لمستواه خلال ساعتين. أما بالنسبة للمولودين حديثا فإن مستوى السكر في الدم يكون منخفضا. وكلما كان وزن المولود أقل كلما كان مستوى السكر منخفضا. وبالتالي فإن مواليد الخداج "وزنهم أقل من 2.5كجم "يكون منخفضا جدا بحيث يكون في كثير من الأحيان 20مللیجرام لكل 100مللترا من الدم..وأما المواليد أكثر من 2.5كجم فإن مستوى السكر في الدم لديهم يكون عادة فوق 30مللیجرام. ويعتبر هذا المستوي "30مللیجرام أو اقل عند من يكون وزنهم أكثر من 2.5كجم أو 20 جرام أو أقل عند المواليد الخداج " و يعتبر هذا المستوى هبوطا شديدا في مستوى سكرالدم. ويؤدي ذلك إلى الأعراض الآتية:

1. أن يرفض المولود الرضاعة.
2. ارتخاء العضلات.
3. توقف متكرر في عملية التنفس وحصول ازرقاق في الجسم.
4. اختلاجات ونوبات من التشنج.

وقد يؤدي ذلك إلى مضاعفات خطيرة مزمنة وهي:

1. تأخر في النمو.

2. تخلف عقلي.

3. شلل دماغي.

4. إصابة السمع أو البصر أو كليهما.

5. نوبات صرع متكررة(تشنجات)

وإذا لم يتم معالجة الحالة في حينها قد تنتهي بالوفاة،رغم أن علاجها سهل وهو إعطاء سكر الجلوكوز مذابا في الماء إما بالفم إذا كان المولود قادرا على البلع أو بواسطة الوريد إذا لم يكن قادرا على البلع مع معالجة الإنتانات و الأمراض الأخرى المصاحبة، مع توفير الأكسجين بالحضانات وخاصة لدى مواليد الخداج.

الإعجاز العلمي في التحنيك :

إن قيام الرسول صلى الله عليه وسلم بتحنيك الأطفال المواليد بالتمر بعد أن يأخذ التمرة في فيه ثم يحنكه بما ذاب من هذه التمرة بريقه الشريف فيه حكمة بالغة. فالتمر يحتوي على السكر "الجلوكوز" بكميات وافرة وخاصة بعد اذابته بالريق الذي يحتوي على أنزيمات خاصة تحول السكر الثنائي سكروز إلى سكر أحادي كما أن الريق ييسر إذابة هذه السكريات وبالتالي يمكن للطفل المولود أن يستفيد منها.

وبما أن معظم أو كل المواليد يحتاجون للسكر "الجلوكوز" بعد ولادتهم مباشرة فإن إعطاء الطفل التمر المذاب يقي الطفل من مضاعفات نقص السكر الخطيرة والتي المحنا إليها فيما سبق مخاطر نقص السكر "الجلوكوز" في دم المولود.

إن استحباب تحنيك الطفل بالتمر هو علاج وقائي ذو أهمية بالغة وهو إعجاز طبي لم تكن البشرية تعرفه وتعرف مخاطر نقص السكر، وإن المولود و خاصة إذا كان خداجا، يحتاج دون ريب بعد ولادته مباشرة إلى

أن يعطى محلولا سكريا. وقد دأبت مستشفيات الولادة والأطفال على إعطاء المولودين محلول الجلوكوز ليرضعه المولود بعد ولادته مباشرة. ثم بعد ذلك تبدأ أمه بإرضاعه. إن هذه الأحاديث الشريفة المتعلقة بتحنيك الأطفال تفتح آفاق مهمة جدا في وقاية الأطفال و خاصة الخداج من أمراض خطيرة جدا بسبب إصابتهم بنقص سكر الجلوكوز في دمائهم. كما وان إعطاء المولود مادة سكرية مهضومة جاهزة أنها توضح إعجازا طبيا لم يكن معروفا في زمنه صلى الله عليه وسلم ولا في الأزمنة التي تليه حتى أتضحت الحكمة من ذلك الإجراء في القرن العشرين.

مرحلة الرضاعة :

الحديث الشريف :

قال الرسول صلىالله عليه و سلم :

" خير تمراكم البرني فأطعموا نسائكم في نفاسهن تخرج أولادكم حلماء "

الحقائق العلمية و الإعجاز العلمي:

بعد الولادة تؤثر المادة الموجودة بالرطب و التمروالمشابهة للأوكسيتوسين على الألياف العضلية الظهارية المحيطة بقنوات الحليب في الثدي ، الأمر الذي يؤدي إلى إدرار الحليب و من تم تسهيل عملية الرضاعة للطفل.

اكتشف العلماء أن هرمون الأوكسيتوسين له تأثير عظيم عند الرجال، فهو المسؤول عن رقة القلب والحنان والعطف والحب والإحساس المرهف ولين

العريكة والطبع، وإرهاف الفؤاد، ورقته وطيبته ولينه لدى الرجال، وهو المسؤول عن الحنان والعطف اللذين يظهرهما الرجل تجاه أطفاله، وهو نفسه يولد مشاعر مشابهة لدى المرأة، فهل يوجد أحن من المرأة في اللحظة التي ترضع فيها ولدها؟ وليس الأوكسيتوسين هو الهرمون الوحيد الموجود في التمر والرطب، فقد اكتُشف وجود مواد أخرى تشبه في تركيبها ووظيفتها هرمون الأستروجين إلى حد كبير، و لهرمون الأستروجين تأثيرًا على تطور الدماغ والجهاز العصبي المركزي، وذلك أثناء الحياة الجنينية لكل من الذكر والأنثى (وَأَنَّهُ خَلَقَ الزَّوْجَيْنِ الذَّكَرَ وَالأُنثَى * مِن نُّطْفَةٍ إِذَا تُمْنَى) (45، 46) النجم، وأن هذا الاختلاف في الدماغ بين الجنسين في الحياة الجنينية وفي السنة الأولى من العمر، ناجم في جزء كبير منه عن اختلاف نسبة هرمون الأستروجين بين جسم الذكر وجسم الأنثى، وأن اختلاف نسبة التركيز هذه يؤدي إلى اختلاف التركيب، ومن ثم اختلاف سلوك الإناث عن سلوك الذكور، خاصة ما يحدثه الأستروجين من تأثير على الجهاز اللمبي (الطرفي) في الدماغ LIMBIC SYSTEM، وما لهذا الجهاز من تأثير على سلوك الإنسان، وبالتالي اختلاف سلوك الذكر عن سلوك الأنثى.

كما أن تناول الأم المرضع للتمر وللرطب يؤدي إلى أن يطرح بجزء من محتواياته وبتركيز ضئيل جدا في حليب الإرضاع الذي يأخذه الرضيع و من هذه المواد:المنغنزيوم ، الأوكسيتوسين ،و هرمونFSH

ونعلم ما لهذه المواد من تأثيرإيجابي على الجهاز العصبي من هنا يظهر الإعجاز العلمي في الحديث الشريف.

المراحل العمرية الأخرى:

1- التمر و الصيام

الحديث الشريف :

قال الرسول صلىالله عليه و سلم :

((إِذَا أَفْطَرَ أَحَدُكُمْ فَلْيُفْطِرْ عَلَى تَمْرٍ فَإِنَّهُ بَرَكَةٌ)) .

[الترمذي ، النسائي ، أبو داود ، ابن ماجه ، أحمد ، الدارمي]

ا لحقائق العلمية و الإعجاز العلمي:

عندما يبدأ الصائم في تناول إفطاره تتنبه الأجهزة ، ويبدأ الجهاز الهضمي في عمله ، وخصوصا المعدة التي تريد التلطف بها ، ومحاولة إيقاظها باللين . والصائم في تلك الحال بحاجة إلى مصدر سكري سريع ، يدفع عنه الجوع ، مثلما يكون في حاجة إلى الماء .

وأسرع المواد الغذائية التي يمكن امتصاصها ووصولها إلى الدم هي المواد السكرية ، وخاصة تلك التي تحتوي على السكريات الأحادية أو الثنائية (الجلوكوز أو السكروز) لأن الجسم يستطيع امتصاصها بسهولة وسرعة خلال دقائق معدودة . ولا سيما إذا كانت المعدة والأمعاء خالية كما هي عليه الحال في الصائم .

ولو بحثت عن أفضل ما يحقق هذين الهدفين معا (القضاء على الكوع والعطش) فلن تجد أفضل من السنة المظهر ، حينما تحث الصائمين على أن يفتتحوا إفطارهم بمادة سكرية حلوى غنية بالماء مثل الرطب ، أو منقوع التمر في الماء .

وقد تكون الحكمة النبوية من تناول التمر عند الإفطار هي الحدّ من الجوع وبالتالي تقليل كمية الطعام المستهلكة من قبل الصائم، وهكذا يكون الصيام أكثر فاعلية وفائدة. وإذا تذكرنا أن الصوم يعتبر أفضل سلاح لاستئصال المواد السامة من الجسم، فإن الإفطار على التمر المقاوم للسموم هو بحق علاج متكامل للضعف والوهن الناتج من تراكم المواد السامة والمعادن الثقيلة في خلايا الجسم.

2-التمر والسموم:

الحديث الشريف :

قال الرسول صلىالله عليه و سلم :

"من تصبح كل يوم سبع تمرات عجوة لم يضره في ذلك اليوم سم ولا سحر ."

صحيح البخاري، باب العجوة.

ا لحقائق العلمية و الإعجاز العلمي:

أثبتت تجارب أجريت علي البشر و حقيقة التصبح بسبع تمرات أنها تجعل المعادن الثقيلة تتكون لها مركبات تحت الجلد ، بالإضافة أن جزء يذيبه الجسم و يطرحه عبر البراز،و جزء يذيبه و ينزله في البول. . ويمكن استعمال التمر المنقوع في الماء كشراب مضاد للتسمم الكحولي مثلاً.

و ليس معني الحديث الشريف أن تناول مادة سامة بعد تناول سبع تمرات سيلغي تأثيرها علي الجسم بل إن تناول التمر سوف يخفف كثيراً من ضرر هذه المواد على الجسم ويكون التأثير فعالاً في حالة الحفاظ على سبع تمرات كل يوم كما أمرنا طبيبنا محمد عليه صلوات الله وسلامه.

3- التمر منجم للمعادن:

الحديث الشريف

قال الرسول صلىالله عليه و سلم :

((يَا عَائِشَةُ بَيْتٌ لَا تَمْرَ فِيهِ جِيَاعٌ أَهْلُهُ ، يَا عَائِشَةُ بَيْتٌ لَا تَمْرَ فِيهِ جِيَاعٌ أَهْلُهُ ، أَوْ جَاعَ أَهْلُهُ ، قَالَهَا مَرَّتَيْنِ أَوْ ثَلَاثًا)) .

[مسلم ، الترمذي ، أبو داود ، ابن ماجه ، أحمد ، الدارمي]

الحقائق العلمية و الإعجاز العلمي:

أجري بحث بلندن تحت عنوان "التمر أفضل غذاء للمستقبل " كشفت الدراسة على أن التمر يحتوي على : الكربوهيدرات (9.88%)، الدسم (2.5-5%)، بروتين (2.3-5.6%) و نسبة عالية من الألياف (6.4-11.5%) الضرورية لتنظيم وتنشيط عمل الأمعاء.

يحتوي التمر أيضا على: فيتامين أ ، ب1 وب2 ويحتوي أيضا على الفلور كما يحتوي على عدد من المعادن أهمها البورون، الكالسيوم، الكوبالت ،الحديد ،المنغنزيوم ،البوتاسيوم ، الصديوم،الفوسفور المغذي للمخ والدماغ والزنك . و يحتوي كذلك على السيلينيوم المقاوم للسرطان.

و أخيرا:

التمر فاكهة مباركة أوصانا بها رسول الله صلى الله عليه وسلم، لفوائدها الصحية الجمة ، وليس فقط لتوافرها في بيئته الصحراوية.و من خلال موضوعنا حاولنا

كشف بعض ما وراء هذه السنة النبوية المطهرة من إرشاد طبي وفوائد صحية ، وحكما نظيمة. و العمل علي إحياء هذا الجانب من السنة النبوية.

كما إن هذه الميزات مجتمعة في مادة غذائية واحدة هي التمر تجعله مرشحا ليكون موردا غذائيا و دوائيا مستقبليا.

المراجع

[1]http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=12850886&dopt=Abstract

[2]http://www.indiangyan.com/books/healthbooks/food_that_heal/date.shtml

WWW.55a.net

عن كتاب الأسودان التمر والماء الدكتور حسان شمسي باشا